

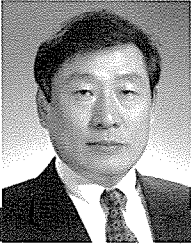
건강한 청소년

많은 사람들이 건강에 관심을 갖는다. 몸에 좋다고 하면 먹기 힘든 음식도 마다하지 않고, 건강을 고려한 제품이라는 광고에 쉽게 현혹되기도 한다. 아침마다 힘든 산행을 하기도 하고, 평생을 함께 하던 술과 담배도 일시에 끊는 모진 구석을 보이기도 한다. 그러나 이러한 모습도 중·장년층이 주로 보이는 것일 뿐, 한창 자라나는 청소년들은 눈에 보이는 해악을 가져오지 않는다면 건강보다는 쾌락을 취하기 쉽다. 때문에 청소년들이 건강할 때 건강을 지키지 못해 성인이 되고 나서 깊은 후회를 하게 되는 경우가 많다. 최근에 청소년들의 신체적 건강과 정신적 건강을 해치는 두 가지 문제가 우리 사회에 대두되고 있다.

청소년기에 신체적 건강을 해치는 대표적인 예가 흡연이다. 성인 흡연인구가 점차 줄어들는데 반해 청소년 흡연인구는 최근 10여년 간에 급속히 증가하였다. 청소년보호위원회의 조사에 의하면 전국 학생집단의 35.4%가 흡연의 경험을 갖고 있고, 이 중 습관적으로 피운다고 응답한 학생이 8.1%에 이른다고 보고되고 있다. 이는 미국학생의 18%, 일본 학생 22%보다 훨씬 높은 수치라는 점에서 그 심각성을 알 수 있다. 특히 청소년의 세포, 조직 그리고 장기는 성숙하는 과정에 있기 때문에 담배의 독성물질 또는 화학 물질에 접촉하는 경우 그 손상정도가 성숙한 세포나 조직에 비해 더욱 커지고, 16세 이하에서 담배를 피우는 경우 그 피해는 20세 이후에 담배를 시작하는 경우보다 피해 정도가 3배 더 높다는 연구결과도 있다.

신체적으로 청소년들의 건강을 해치는 것이 흡연이라면, 정신적으로 건강을 해치는 것은 지나친 인터넷 몰입이다. 최근 조사결과에 따르면 13세 이상 10대들의 인터넷 사용비율은 74.1%로 3, 40대 보다 2배 이상이다. 인터넷 활용분야도 단순한 정보검색에 지나지 않고 대화방을 통한 의사소통, 게시판 활용을 통한 가상공동체 구성, 온라인 게임 등 매우 다양하게 이루어지고 있다. 이러한 인터넷 사용의 급증은 청소년들의 생활 깊숙이 침투하여 긍정적 영향과 더불어 많은 부정적 영향도 가져오고 있다.

봉사활동은 청소년들이 직접 자신이 살고 있는
지역사회의 문제가 무엇인지 확인하고
해결의 시도를 할 수 있는 기회를 제공하며
동시에 나와 가족보다 더 넓은 우리라는 존재를
확인하게 되는 사회체험활동이다.



김성이
청소년보호위원회 위원장

인터넷상에서는 모든 활동이 즉각적인 반응을 보이며 이런 반응의 즉각성에 익숙해지면 질수록 성격이 조급하고 충동적으로 변화할 가능성이 높다. 사이버공간에서의 활동은 익명이나 가명으로 할 수 있을 뿐 아니라 잘못된 행동에 대한 물리적 보복의 가능성이 낮아 현실세계와 달리 말과 행동에 대한 구속에서 벗어나 자신의 감정이나 표현을 무절제하게 행하는 탈억제현상이 나타날 수도 있다. 또한 청소년들의 성적 충동성을 지나치게 자극하여 성폭력자의 희생물로 만들기도 하며 지나친 몰입은 사회적 활동의 제한 및 가족 및 친구관계의 약화를 가져와 고립감, 우울감 등의 유발시키는 인터넷 중독증이라는 새로운 병명까지 만들어냈다.

신체적·정신적 건강을 위협하는 여러 가지 환경들로부터 청소년들의 건강을 지킬 수 있는 방법은 다양하게 모색될 수 있다. 그 방법들 중 하나로 청소년들에게 봉사활동을 통한 사회체험의 기회를 주는 방안을 제안하고자 한다.

봉사활동은 청소년들이 직접 자신이 살고 있는 지역사회에 문제가 무엇인지 확인하고 해결의 시도를 할 수 있는 기회를 제공하며 동시에 나와 가족보다 더 넓은 우리라는 존재를 확인하게 되는 사회체험활동이다.

이러한 경험을 통해 청소년들은 사회에 대한 문제의식을 갖추고 문제를 합리적으로 해결하기 위한 문제해결능력을 키우게 된다. 또 타인과의 의사소통기술, 의사결정, 비판적 사고기술, 단체활동을 위한 능력을 기를 수 있고, 자신의 직접체험을 통해 도덕과 윤리적 가치판단 능력을 자연스럽게 갖추게 된다. 나아가 타인의 복지에 대해 관심을 갖게 하고 다양한 문화나 계층에 대한 편견이나 고정관념이 없는 이해와 존중의 자세도 갖게 된다.

봉사활동을 통한 사회체험들은 청소년들이 쉽게 빠질 수 있는 사이버공간 내의 개인주의적 성향을 벗어나고, 건강을 해치는 유혹과 쾌락으로부터 자신을 지킬 수 있는 극기와 절제심도 길러주게 될 것이다. 또한 신체적·정신적 건강 모두를 소중히 할 줄 아는 건강한 성인으로 성장하게 할 것이다. 7